



名譽贊助人：香港特別行政區行政長官夫人曾鈺英女士
HON. PATRON: MRS. SELINA TSANG,
Wife of the Chief Executive of the Hong Kong SAR

季刊 Newsletter



頁 Page

- 2-3 香港婦協女企業家委員會十周年慶祝晚宴
HKFW Entrepreneurs Committee
10th Anniversary Celebration Dinner

- 4 第三屆「半邊天青年領袖百萬培訓計劃」
The 3rd Youth Leadership Million Dollars Training Programme

- 5 參觀外交部駐香港特區特派員公署
Visiting the Office of the Commissioner of the Ministry of
Foreign Affairs of the People's Republic of China in the HKSAR

- 6-7 2012年春節聯歡大會
Spring Gala Luncheon 2012

- 8 名人專訪 – 何超瓊副主席
Exclusive Interview – Ms. Pansy Ho, HKFW Vice Chairperson

- 9 婦女領袖360°全方位培訓工作坊
360° Leadership Development Workshop for Women

- 12 全國婦聯系統幹部交流考察計劃
– 第十班(甘肅省)
Training Program for ACWF Cadres (The 10th Class – Gansu Province)

2012.01



香港婦協女企業家委員會(簡稱「女企業家會」)早前假香港君悅酒店舉行十周年慶祝晚宴，邀得中聯辦郭莉副主任及全國人大常委范徐麗泰親臨，致詞勉勵。郭莉副主任致辭時表示，香港今日的經濟繁榮穩定，是香港的企業家及各界努力的成果，值得全國各地學習；而香港婦協成功凝聚本港眾多傑出的女企業家，團結並積極推動本地女企業家的發展，實在可喜。范徐麗泰人大常委稱，香港特區的未來發展，就是要靠在座的各位女企業家一同努力。她鼓勵本港女企業家團結一心、為香港的經濟繼續發展作出貢獻。

召集人蔣麗芸致歡迎辭時表示，「女企業家會」於二零零一年十月成立，是香港各界婦女聯合協進會轄下其中一個重要的委員會，旨在團結香港各行各業女企業家，並積極開展與兩岸三地及國際女企業家組織的交流和合作，推動婦女事業之發展；同時亦鼓勵本港女企業家自我增值及履行社會責任。晚宴召集人何超瓊多謝當晚眾多嘉賓的參與，並希望女企業家會可以成為香港及海外女企業家交流合作的平台，以提高女企業家在經濟及政治等廣泛層面上的社會地位。



香港婦協女企業家委員會 十周年慶祝晚宴

14.11.2011

HKFW Entrepreneurs Committee 10th Anniversary Celebration Dinner



HKFW Entrepreneurs Committee (HKFWEC) 10th Anniversary Celebration Dinner was held at the Grand Hyatt Hotel, officiated by Madam Guo Li, Deputy Director of the Liaison Office of the Central People's Government in the HKSAR and Dr. The Hon. Mrs. Rita Fan, Member of the Standing Committee of the National People's Congress of China.

Dr. Ann Chiang, Convenor of HKFWEC stated that, the committee was established in October 2001. The objectives, scope of work and services of the Committee are to promote exchange and co-operation with cross-strait women entrepreneurs, to advance career development of women by uniting Mainland, Hong Kong, Taiwan and international women entrepreneurs; also with the aims to enhance the status of women entrepreneurs in the economic, political and wider arenas by encouraging Hong Kong women entrepreneurs to upgrade and empower themselves and to fulfill their social responsibilities.

Ms. Pansy Ho, Deputy Convenor of HKFWEC and Event Convenor delivered her heartfelt appreciation to all guests of the night. With the purpose to enhance the status of women entrepreneurs, the committee continuously coordinates meetings and events, and hoped the committee can be a successful platform for local and international women entrepreneurs in the future.



團結女企交流合作 鼓勵履行社會責任

「女企業家會」成員均為本港各行各業之女性決策人及掌舵者，她們定期舉行會議、交流經驗，為社會作出貢獻。多年來舉行多項鼓勵婦女發展並促進各地女企業家的交流，包括慶祝香港回歸十周年及表揚女性自強不息的精神，與「勵+緣」基金合作，在北京及香港合辦的「女人本色」慈善首映禮；此外，亦曾應沙特阿拉伯公主邀請，專程組團飛往沙特阿拉伯王國進行友好訪問及交流；其後更於「亞太區婦女地位論壇2009」中，招待亞太區女企業家，加強網路交流；同時，亦多次與中央圖書館合辦「傑出領袖對話系列」，邀請不同領袖及傑出人物，與市民分享成功心得。

是日應邀出席嘉賓包括外交部駐港特派員夫人張靜姮參贊、中聯辦協調部副部長廖勳、立法會議員劉健儀、李慧琼、財經事務及庫務局副局長梁鳳儀、環境局副局長潘潔、食物及衛生局常任秘書長(食物) 黎陳芷娟，同時更有來自深圳、東莞、台灣及澳門的女企業家、及本港女企業家和婦協委員等達百人出席，場面溫馨熱鬧。晚宴亦特別邀請了樂隊在現場演奏金曲助慶；並得到多位熱心委員贊助豐富的幸運抽獎，眾嘉賓均獲贈迷你手機充電器作為紀念品。





第三屆

「半邊天青年領袖百萬培訓計劃」

The Third Youth Leadership Million Dollars Training Programme

由本會主辦、香港浸會大學工商管理學院協辦的第三屆「半邊天」青年領袖百萬培訓計劃經已展開，一月中舉行的「啟動禮」邀得立法會葉劉淑儀議員擔任主禮嘉賓，為整項計劃揭開序幕，葉議員以「領導與管治」為題，為學員、嘉賓及家長分析香港歷年的管治。她剖析香港的民主發展，從殖民地時代的行政主導，至今有民選立法會議員的參與，眾多政黨在政制模式的改變下逐漸成立；而在管治上，官員及議員須有「民意授權」、「掌握民意」及「政治技巧」的認識和運用；此外，香港亦即將實行每人兩票以選出代表自己的議員，這些都在在體驗了香港已逐步走向民主，她更鼓勵眾人要行駛公民責任，關心政制發展。

林貝瑩主席在啟動禮中表示，為期七個月的培訓項目，旨在培育更多優秀的女青年領袖，並建立她們「立根香港」、「熱愛祖國」、「放眼世界」的觀念，林太勉勵二十九位入選的學員努力爭取每個學習機會，並積極回饋社會。

召集人黃慧慧表示，為配合「半邊天」學員未來發展，計劃內容亦以多元化的領袖培訓為主，包括：領袖學習系列、內地培訓營、跨專業考察、企業家講座、成功人士分享及社會服務計劃等系列，藉此全面提升各學員的領袖才能、溝通技巧、增進學員對祖國的認識、增添個人形象魅力及自信心，結業禮將於七月舉行。

The kick-off ceremony of the 3rd programme was held in mid-January 2012. The Hon. Regina Ip, G.B.S., J.P. was invited as the Guest of Honor and delivered her impressive speech on leadership and management. Mrs. Peggy Lam, HKPW Chairperson, also gave her encouragement remarks to the 29 selected young ladies on grasping every learning opportunity on leadership.

Convernor Diana Wong reported that the programme aims at taking the initiative of providing all-round leadership training to future women leaders of Hong Kong, as well as developing their talents, strengths and abilities. Content of the 2012 programme includes: Enhancement of leadership ability, management skills, interpersonal skills, social networking skills, and understanding of Mainland China. The Graduation Ceremony will take place in July.



參觀外交部駐香港特區特派員公署

Visiting the Office of the Commissioner of the Ministry of Foreign Affairs of the People's Republic of China in the HKSAR



三十多位理事及名譽會長月前拜訪位於中環的中華人民共和國外交部駐香港特別行政區特派員公署，一眾代表蒙特派員呂新華伉儷接見，聆聽了公署的工作，並參觀公署中國外交圖片展，了解祖國建國六十年來的外交發展，眾更獲公署致送圖文並茂的「圖說中國外交」冊子。



公署二十四小時的熱線電話 **9150 3321**，
讓在外地有需要的中國人致電求助。

為歡賀香港特別行政區回歸祖國15週年 本會再度組織全港婦女舉辦兩項大型活動 與香港市民一同慶祝

Hong Kong Women Celebrating the
15th Anniversary of the HKSAR



2012年6月17日
(星期六)

香港各界婦女慶回歸十五週年
「喜迎回歸十五載 社區共融
愛滿城」

地點：維多利亞公園

2012年7月9日
(星期一)

香港各界婦女慶回歸
十五週年音樂會
地點：香港演藝學院

~ 密切留意 ~



香港各界婦女聯合協進會
Hong Kong Federation of Women

2012年春節聯歡大會
Spring Gala Luncheon



2012年春節聯歡大會

Spring Gala Luncheon 2012

「2012年春節聯歡大會」邀得中央人民政府駐香港特別行政區聯絡辦公室副主任郭莉、外交部駐港特派員公署特派員夫人張靜姪、全國人民代表大會常務委員會委員范徐麗泰、全國人大香港基本法委員會副主任梁愛詩、立法會議員劉健儀及民政事務局副局長許曉暉出席主禮，各嘉賓由兩條來自香港東區婦女福利會黎桂添幼兒園率領的精巧小舞龍帶引領進場，為龍年添上無限歡樂氣氛。大會再度假九龍灣國際展覽中心舉行，謹此感謝婦協首席名譽會長何藍瓊瓊女士慷慨贊助一百二十席午宴餐費。

林貝韋嘉主席在會中致辭時，多謝各界人士對婦協的支持，並向各位嘉賓及會員拜年和匯報本會過去一年的工作，包括「香港婦協郭得勝服務中心」落成揭幕並正式投入服務、在北京舉辦【婦女兒童 充權實踐】交流會與圖片展覽、組織「青藏考察團」、開辦第三屆「半天青年領袖百萬培訓計劃」及「婦女領袖360°-全方位培訓工作坊」等等。而今年是香港回歸十五周年，本會已由編緊鼓籌備慶祝活動，包括六月十七日在維園舉行的社區共融大型活動及七月九日在演藝學院舉行的名人名曲音樂晚會。本會亦將發展「調解服務」，舉辦調解員培訓課程。

大會儀式包括致送紀念碟予十位新任名譽會長及名譽副會長、致送證書予新團體會員屯門湖景蝴蝶蟹蝦社、及致送嘉許獎狀予最高服務時數的義工。而為感謝各熱心會員對本會長遠發展的支持，更特別致送感謝狀及紀念水晶筆予「香港婦協郭得勝服務中心」發展基金各捐款人及機構（超過十萬元捐款者），以表謝意。大會更再次得到多個商號及熱心人士的贊助，參加者人人有獎，個個滿載而歸，場面歡樂熱鬧。



- 1: 致送感謝狀與單捐助十萬元或以上，支持香港婦協郭得勝服務中心發展基金的熱心會員。
- 2: 梁愛詩副主任致送感謝狀予午宴贊助人何藍瓊瓊首席名譽會長，由女兒何超瓊副主席代領。

- 3: 陽光舞集一班姊妹演出精彩歌舞「祝福祖國」。
- 4: 由劉健儀議員(右三)頒發義工嘉許狀予各位熱心義工。
- 5: 香港東區婦女福利會黎桂添幼兒園表演「龍騰獅躍喜洋洋」。

歡迎十位新任名譽會長及名譽副會長
由全國人大范徐麗泰代表本會致送紀念碟



源林潔和名譽會長
Mrs. Rosita Yuen



蔡加敏名譽副會長
(由母親蔡李惠莉理事代領)
Ms. Carmen Choi
(represented by her mother
Mrs. Margaret Choi)



廖偉芬名譽副會長
(由母親廖湯慧露首席名譽會長代領)
Ms. Jennifer Liu
(represented by her mother
Mrs. Rita Liu)



湯振玲名譽副會長
Ms. Jacqueline Tong



羅台泰名譽副會長
Dr. Lo Tai Chin



孫蔡吐媚名譽副會長
Mrs. Suen Choi To May



關黃玉芳名譽副會長
Mrs. Edith Kwan



朱鄧麗萍名譽副會長
Mrs. Chu Tang Lai Ping Vinny



鄧宜宏雁名譽副會長
Mrs. Tang Xuan Hong Yan



鍾黃旭招名譽副會長
Mrs. Cindy Chung

HAPPY NEW YEAR
2012 恭賀新禧



The luncheon was successfully held with over 1400 guests attended. We were most honoured to have invited Madam Guo Li, Deputy Director of the Liaison Office of the Central People's Government in the HKSAR, Madam Zhang Jingya, Wife of the Commissioner of the Ministry of Foreign Affairs of the People's Republic of China in the HKSAR, Dr. The Hon. Mrs. Rita Fan, Member of the Standing Committee of the National People's Congress of China, The Hon. Elsie Leung, Deputy Director of Hong Kong Basic Law Committee of the NPC Standing Committee, The Hon Miriam Lau, member of the Legislative Council and

Ms. Florence Hui, Under Secretary for Home Affairs as our officiating guests.

We wish to express our heartfelt gratitude to the luncheon sponsor, Mrs. Luoina Ho, Honorary Senior President of HKPW, also to all the prize sponsors, our Council Members, Hon. Presidents and Hon. Vice Presidents for their support in donating cash and lucky draw prizes. The donors of HKPW T.S. Kwok Service Centre Development Fund were also presented token of appreciation for their generous support to the new centre.

何超瓊女士(Pansy)，現任信德集團董事總經理，政協北京市委員會常委，中華全國工商業聯合會常委，澳門中華總商會副會長，及秘書駐澳門名譽領事；Pansy的事業及個人成就傑出，為其贏得極高的國際讚譽。

在繁忙的公務中，Pansy不忘參與公益，現為香港女童軍總會副會長及名譽副會長，香港公益金名譽副會長，尤德爵士基金信託委員會委員，和香港明天更好基金顧問委員會委員等等。



寓興趣於工作

何超瓊副主席

Ms. Pansy Ho, HKFW Vice Chairperson

喜見婦女團結

Pansy是在1995年經由廖蕩慧副主席引薦出任本會名譽會長，至2005年出任副主席至今。加入婦協多年，Pansy非常敬佩林貝婭主席在婦女事務的前瞻，並感謝婦協在執委和理事努力下，現已成為聯繫香港各界婦女的橋樑和樞紐。

她亦對各團體會員為地區婦女剪裁貼心的活動，積極與本會交流，鞏固和擴大香港婦女的大團結，大表欣賞。

寓興趣於工作

在美國大學畢業回港後，最初投身金融界的Pansy，一直參與各慈善團體的籌募工作，在策劃的過程中，她找到了很大的樂趣，修讀市場學的她便決定把興趣發展為自己的事業，跟幾位朋友成立了一間公關公司—天機公關(簡稱「天機」)。

今日，「天機」在公關業界享負盛名，但當初卻是Pansy與朋友們從慈善工作上發展出來的一個驚喜。

「那時候的天機公關，規模很小，我們合資請了一位秘書，用其中一位合夥人位於士丹利街的古董店閣樓作為辦公的地方。」

看到現在的「天機」，可見想像到，多年來Pansy投放了多少精神去發展這個公關事業，她更表示，現在參與天機項目是她吸收時下最新潮流及資訊的途徑。而當中令Pansy欣慰的，就是「天機」多年來培育了很多的年青人，這些年青人許多現在已在大型企業出任要職，成為了公關界翹楚。

過去，香港的慈善工作均是以賣旗及賣獎券為主，但Pansy在籌備慈善項目時卻沒有墨守成規，她在項目上加入更多元素，例如首映禮籌款，成功吸引更多關注本地慈善工作。她表示：「成功的活動能幫助慈善機構之餘，也令我們和企業、知名品牌等建立了良好的關係。」一路改進，敢於向前，相信就是她成功的主要原因。而天機公關更於2004年協助本會舉辦「2004婦女研討會」的歡送晚宴及時裝表演。

分享溝通心得

隨著科技發展，不同的溝通媒體應運而生，訊息傳遞更快捷方便，Pansy認為時下年青人過份依賴這種溝通形態，漸漸沒有了面對面的交往，缺乏聆聽，因而減少了自我反思的機會。

何超瓊副主席是本會女企業家委員會副召集人，亦是青年事務委員會當然委員，她寄語年青人應耐心聆聽，避免作出過熱喊痛的本能反應，應用心分析對方訊息後，再清晰表達自己的回應。

享受觀賞電影

Pansy喜歡走到電影院看電影，她很享受看喜劇時，大夥兒一起看一起笑的快樂，也愛看感情戲時，獨個兒在電影院內細膩著每個情節，回應自己的感受。

牡丹花給人獨特美麗的感覺，不需要太多配襯，已能突顯自身的吸引力，像Pansy一樣，皮膚很好，祕訣相信就是不常化妝、少添加，一切美麗源自個人的努力和自信，及那常常掛在咀角的微笑。

文：溫麗珊

婦女領袖360° 全方位培訓工作坊

360° Leadership Development Workshop for Women



啟動禮邀得劉健儀議員擔任主禮嘉賓。
Ceremony officiated by the Hon. Miriam Lau, G.B.S., J.P.

「**婦女領袖360° 全方位培訓工作坊**」(簡稱「360° 工作坊」)由本會主辦、婦女事務委員會贊助，以推動婦女發展及增值為主體，配合婦女全面學習為領袖主導而舉辦的培訓工作坊。活動推出後，得到各大社團及婦女的熱烈響應，隨即吸引八十九位來自四十多個社團的婦女領袖、幹事及代表報名參與。

「360° 工作坊」已於早前舉行簡單而隆重的啟動禮，特別邀請立法會議員劉健儀擔任大會主禮嘉賓。劉議員與眾學員分享中表示，香港政府在委任六十八位議員中，只有十位為女性，所佔的比率很少。如果政府認為可提供選擇的婦女不多，更加反映

出婦女在全方位自我增值和裝備培育的重要性。故此，她非常支持香港婦協主辦360° 工作坊，並讚揚工作坊課程充實，內容切合社會所需，廣闊地開拓學員視野、深化領袖才能，全面發揮個人潛能和團隊合作。同時，劉議員更鼓勵婦女界要團結，提升婦女地位，參與經濟發展及共建和諧社會。

活動贊助機構、婦女事務委員會(簡稱「婦委會」)主席高靜芝表示，婦女要積極參與社會事務，進入領導層，除令政府可以有更多人選外，更可加強在爭取婦女權益時的決策，有助婦女在各方面的發展。婦委會以「資助婦女發展先導計劃」來贊助活動經費，透過民間的婦女機構籌辦有質素的項目，同時亦可以鞭策政府投放更多資源培育婦女，讓更多婦女受惠，晉升不同界別的領導層，貢獻香港。



課程及參觀內容

- | | |
|-----------------|------------------|
| 1. 小本創業 | 9. 社區照顧服務及參觀 |
| 2. 香港管治架構及體制 | 10. 食物銀行與香港基層生活 |
| 3. 參觀及認識廚餘及電腦回收 | 11. 活動籌劃及技巧 |
| 4. 香港環保政策 | 12. 參觀食物銀行 |
| 5. 社會共融 | 13. 與成功婦女分享會 |
| 6. 領導技巧 | 14. 參觀聖公會麥理浩夫人中心 |
| 7. 參觀立法會 | 15. 結業禮 |
| 8. 人際溝通及表達技巧 | |

日期：2012年1月4日 - 2月18日

HKFW was invited and sponsored by Women's Commission to run this programme - The 360° Leadership Development Workshop, with the aim to train up female leaders. It attracted 89 women from over 40 Non-government organizations to participate in a series of diversified leadership training courses and visits to the community services within one and a half month's time. Positive feedback on the programme was received from the participants.

香港婦協 名譽會長 2012新年聯歡晚會 Honorary Presidents New Year Party



名譽會長委員會一月初假深灣遊艇俱樂部舉行「2012新年聯歡晚會」，三十多位名譽會長歡聚一堂，場面溫馨熱鬧。

席間聯席召集人孟顯迪文、蘇陳偉香、邱吳惠萍及蔡李蕙莉致辭時，感謝各位首席名譽會長、名譽會長及名譽副會長，多年來在精神上、物資上及經濟上的恆常支持，有部份更多方位投入，擔任理事及召集人等，為婦協作出貢獻。當晚特別歡迎多位新加入的會長，眾期盼加強友誼及聯系。

The Party was held in January at The Aberdeen Marina Club. Over 30 HKFW Honorary Presidents and Hon. Vice Presidents joined the party to make the evening full of friendship and joy.

義工周年聚餐2011
Volunteers Annual Dinner 2011



防跌八式太極班7
Tai Chi Training 7



編織愛心毛巾兔
Making Towel Rabbits



個人素養單元系列之
「喜慶迎新春 – 國畫課程」
Chinese Painting Class: Luna New
Year Painting



2011迎新聯歡晚會暨
9、10、11、12月份會員生日會
2011 Members Birthday and Welcome Party



毛筆書法初階班
Chinese Calligraphy Class



華山氣功班 2011
Qigong Class 2011



自在人生自學計劃 –
語言表達技巧及西方醫學藥物認識
Capacity Building Mileage Programme:
Presentation Skills (Advance) and
Understanding Western Medicine



香港婦協學友會周年歡聚 –
參觀辛亥革命文物徑
HKFW Alumni Gathering - Visiting the
Revolution Trail



「溫暖牌」編織初班
Knitting with Love



義工招募

香港婦協義工服務委員會(亦稱「義工團」)是一個溫馨大家庭，恆常協助婦協會務及舉辦義工活動，義工們可從中加深對本會運作的了解，更可認識更多朋友，讓生活加添色彩和意義。歡迎成為我們的一份子，如有興趣加入，歡迎致電2833 6131查詢或到香港婦協郭得勝服務中心索取表格。

本會網頁更新經已完成，
歡迎各界瀏覽，
了解本會最新動態。

www.hkfw.org

全國婦聯 系統幹部 交流考察計劃 — 第十班(甘肅省)

Training Program for ACWF
Cadres (The 10th Class –
Gansu Province)



本會設晚宴歡送全國婦聯及甘肅省婦聯各領導及幹部。

為促進交流和加深內地婦女幹部對香港特別行政區的情況及未來發展的了解，本會於去年十二月再次舉辦交流考察計劃，接待來自全國婦聯及甘肅省婦聯多個工作單位，一行三十位領導及幹部來港參加。為期一周的課程及參觀項目經已圓滿結束，並舉行開幕暨歡送晚宴。

是次交流考察計劃，課程概覽香港特區的民生、社會及政務情況，此外，更再次成功邀得多個本港政府部門要員、學者、業界精英及相關機構的要員主講，分享寶貴經驗；同時，更安排了多元化的參觀及

考察行程：團員均表示完成一星期密集而充實的課程後，大大增加對香港特區的了解及認識，相信對他們自身的工作亦有所裨益。

本會自二零零一年開始籌辦上述計劃，先後接待過婦聯主席、辦公室主任、宣傳部、聯絡部、青年幹部、學院院長和省區市兒童部部長等多個單位的領導。多年以來均得到政府及專業人士的積極支持，為交流團講解多個緊貼香港民生的講題，成功促進內地各省市及本港婦女交流，並且推廣香港的美好發展。

培訓日程

第一日 (上課)	1. 介紹香港婦聯工作及婦女發展概況	2. 香港特區政府架構與運作	3. 香港社會概況	4. 香港婦女事務委員會的工作
第二日 (上課)	5. 香港民政事務工作與社區發展策略	6. 香港社會福利與社會服務發展	7. 香港基層醫療發展	8. 社交禮儀與餐桌禮儀
第三日 (參觀)	香港交易所	考察大嶼山、參觀天壇大佛及寶蓮禪寺	保良局	跑馬地快活谷馬場
第四日 (上課)	9. 綠色社區在香港	10. 香港僱員再培訓服務與未來發展	11. 性別歧視條例的實施與推廣	12. 個人形象
第五日 (參觀)	東華醫院	立法會	香港歷史博物館	科學館



- 香港離島婦女聯會周轉香主席(前右四)沿途細說大嶼山及寶蓮禪寺的發展歷史。
- 保良局前主席孟顯坦安(中)接待訪問團並主持會議。
- 東華醫院行政總監余詩恩醫生(前右四)更百忙中抽空出席，為團員詳述香港公共醫療服務。
- 團員到新立法會大樓參觀，了解香港立法程序，更巧遇立法會主席曾鈺成(前左五)。

其他活動 Other Activities



1. 林貝聿嘉主席與聯合國副秘書長沙祖康合照。
Memory photo with Mr Sha Zukang, Under Secretary General of United Nations.
2. 出席婦女與可持續發展國際論壇。
International Forum on Women and Sustainable Development
3. 協辦全港魔法禁毒活動「同一樣的魔法，不一樣的天空！」。
Hong Kong Caring Magic Circus
4. 華慧娜名譽會長創辦的企業舉行二十周年慶祝晚宴，眾婦協會員到賀。
Congratulations to the 20th Anniversary of Mrs Vera Water's enterprise.
5. 出席2011非凡婦女論壇。
The Woman Extraordinaire Forum 2011

湯水養生 Tonic Idea

涼拌雲耳 Cloud Black Fungus Salad

義工美食齊分享
得獎美食

Winner of Volunteers
Recipe Sharing



功效 Functions

做法 Method

1. 雲耳用熱水浸透一小時。
 2. 洗淨後撕成小塊，水煮10分鐘，瀝乾備用。
 3. 將醬汁材料輕力拌勻，加入雲耳即成。
 4. 此菜亦可加入各式配料，如紅蘿蔔絲、青瓜絲或乾豆腐絲等，增加色彩。
1. Soak the cloud black fungus in hot water for 1 hour.
 2. Wash the fungus nicely. Put water and the fungus into the saucepan, boil for 10 minutes. Drain the water.
 3. Mix the sauce ingredients gently, put the cloud black fungus in the mixed sauce then serve.
 4. To serve with more color, the recipe can add with shredded and boiled carrot, cucumber or tofu.

材料 Ingredients

雲耳1碗(約1兩) 1 Bowl of Cloud Black Fungus

醬料 Sauce

蒜頭1粒	1 Garlic
生抽1湯匙	1 tbsp Soy Sauce for Seafood
老抽1湯匙	1 tbsp Kikkoman Sauce
麻油1湯匙	1 tbsp Sesame oil
鎮江醋1湯匙	1 tbsp Chinking Vinegar
蔗糖1湯匙	1 tbsp Brown sugar



雲耳有助潤肺生津、滋陰養胃、補腦強心，去血脂，是血管的清道夫。
Cloud black fungus can help to nourish the lung and stomach, benefits the brain, heart and blood vessels.

雋語篇

堅強的信心，能使平凡的人做出驚人的事業。 ~ 瑪律頓
一時強弱在於力，千秋勝負在於理。 ~ 曹禺

歡迎新團體會員

Welcoming new corporate member

屯門湖景蝴蝶賢毅社
Yin Ngai Society,
Tuen Mun Wu King / Butterfly

成立年份：1985年

會員人數：42人



香港南區婦女會

Hong Kong Southern District Women's Association

該會正舉辦「南區鄰里支援幼兒照顧計劃」，此計劃由社會福利署資助，目的為有需要的父母提供具彈性的6歲以下幼兒託管服務，促進社區互助與關懷。計劃包括兩項服務，分別是社區保姆服務及中心託管小組，現已拓展至南區，令更多家庭受惠。如有需要幼兒託管服務或成為社區保姆，歡迎致電2553 6773與該中心職員聯絡。



長洲婦女會

Cheung Chau Island Women's Association

月前舉行「理幹事及義工歷奇燒烤同樂日」，更獲得李德偉先生擔任活動的歷奇教練。歷奇遊戲主要目的是訓練團隊合作精神，不同遊戲有不同啟發和領悟，透過集體活動讓參與人士體會團結就是力量的真諦。之後，於華威酒店享用聯歡燒烤，全場氣氛熱鬧融和及開心。



沙田婦女會 Shatin Women's Association

「千歲同歡慶團年」乃該會每年一度的大型活動，以弘揚敬老揚孝傳統美德，喚起各界關注長者，為他們獻關懷。今年於沙田區內共舉辦了兩場，合共有過千名長者參與，活動氣氛融洽、場面熱鬧，當中更邀請了嘉賓協助派發利是及福袋給長者，為他們送上滿滿的祝福。



荃灣葵青區婦女會

Tsuen Wan Kwai Ching District Women's Association

該會於早前舉行「家·國·情」在城·荃葵婦女領袖交流二天團，組織四十多名婦女領袖赴佛山市南海區，與佛山市及南海區婦聯，舉行「家·國·情」交流座談並參觀南海區之「創益中心」（社會服務機構），進一步了解南區婦聯為婦女服務，建設和諧社區辦實事的寶貴經驗。



屯門區婦女會

Tuen Mun District Women's Association

分別舉辦「安居清潔關懷」及「普天同慶傳福樂」兩項關懷長者的行動。透過連繫區內的各團體組成龐大的支援網絡，組織區內近100名義工上門探訪了共800戶長者，單親及新來港人士家庭，活動除獻上關懷亦為居民帶來歡樂、凝聚居民團結，增強對社區歸屬感，以及促進睦鄰關係。



港灣婦女會

Wanchai District Women's Association

為迎接普天同慶的聖誕佳節及新的一年，該會早前舉行「聖誕聯歡民族共融綜合晚會2011」，免費招待350位會員及區內坊眾。活動獲灣仔區議會贊助及熱心人士慷慨資助。當晚除有舞蹈、粵曲、流行歌曲、猜謎遊戲及瑜伽表演外，參加者並獲贈禮品一份，歡盡興而歸。



元朗區婦女會

Yuen Long District Women's Association

月前舉行慶祝中華人民共和國62周年暨「扮嘢達人」大比拼晚會。出席晚會的來賓都把自己打扮一番，配合扮嘢晚會氣氛。參賽者透過扮演不同角色，啟發了潛能，發揮了創作能力，比賽競爭激烈，惹笑連場，表演嘉賓更把全場氣氛推到沸騰。



香港鴨脷洲婦女會

Hong Kong Apleichau Women's Association

該會早前主辦「利東歡樂嘉年華」，蒙該會會長廖湯慧蕓S.B.S.出任大會顧問，及得到林貝拿嘉婦女資源中心及多個團體協辦。內容包括歌星獻唱、魔術表演及攤位遊戲，場內氣氛熱鬧，充滿歡樂，極受坊眾歡迎。



華富邨婦女聯合會

Wah Fu Estate Women's Association

該會舉辦「健康生活在社區」嘉年華，活動由兩區區議會贊助，內容包括：介紹健康飲食攤位遊戲、有關健康生活的有獎問答，以及歌舞、雜技綜合表演等。



奇力灣婦女會

Kellett Bay Women's Association

為了慶祝聖誕佳節，該會與會長麥謝巧玲議員聯合舉辦了「聖誕聯歡舞會」，參加者均偕同舞伴盛裝出席，在舞池中翩翩起舞。該會主席文陳鳳輝及會長麥謝巧玲議員分別上臺致辭，並向大家送上節日的祝福，晚會更邀得專業舞者表演，街坊們共度了一個愉快的平安夜。此外，該會將於2月舉辦新春團圓聚。



康翠婦女會 Camation Women's Association

一年一度的「康翠聖誕聯歡晚會」月前圓滿舉行，大會獲得立法會議員葉劉淑儀女士蒞臨主禮。當日有精彩的表演節目及豐富的抽獎禮物，整晚的氣氛高漲，參加者都歡度了一個既愉快又難忘的晚上。



西貢將軍澳婦女會

Sai Kung and Tsuen Kwan O Women's Association

一如往年，該會組織了二十多名婦女義工協助西貢區敬老節活動，為長者進行「體質大檢閱」及「健康檢查」，鼓勵婦女投入社區，服務社群。她們更透過將軍澳醫院招募了三名註冊護士義工駐場協助，務使服務更專業和更安全。



香港女青年商會

Hong Kong Jayceettes Junior Chamber

該會旗艦工作計劃 - 全港司儀大賽已邁進第六年。今年的主題為「您的舞台，您的時刻」，希望秉承青商服務人群的宗旨，透過推出不同類型的工作計劃，如卓越女性講座、與聯合國難民署合辦慈善定向比賽等，讓會員從參與籌組工作計劃的過程中學習，找到自己發光發亮的舞台。

歡迎新會員 Welcoming New Members

名譽會長及永遠選舉會員

源林潔和

名譽副會長及永遠選舉會員

孫蔡吐媚 關黃玉芳 朱鄧麗萍 鄧宣宏雁 鍾黃旭招

永遠普通會員

夏妙然	陳俐利	何寶玉	劉美梅	譚月輝	陳煒芝	姚佩鸞	宋佳嫻	陳浩萍
鍾梁敬儀	蘇玉珍	沈錦芬	葉素娟	蘇敬華	李黃彩鳳	盧綺蓮	佛莉而	黃麗貞
榮秀玲	吳鳳鳴	鄭笑清	文陳鳳輝	陶映淘	阮惠珠	盧麗祿	楊麗娟	陳碧珍
王瑞冰	劉柱清	何少輝	鄭秀珍	邱蓮妹	黃佩華	劉鳳芳	阮健英	方芝凝
黃天梅	唐紅英	張明珠	伍沛姪	葉詠芝	呂嘉玲	李朱泳嫻	張珍珠	黃任有
耿雲芳	王玉球	曾柱蘭	廖陳笑蓮	黎寶珍	劉笑	黎蔚藍		

普通會員

胡運好	何柱仙	麥惠芬	嚴玉環	嚴玉球	彭惠英	黃玉珍	吳暖仙	陳笑蓮
郭淑婷	曹美珍	黃艷濃	黃冰芬	葉麗儀	張翠翠	許秀英	陳寶玉	

(至2012年2月)

婦協活動預告

HKFW Coming Events

2月21日至3月20日	毛筆書法班	Chinese Calligraphy Class
2月23日	新春探訪獻愛心	Volunteers Activity: Visit the Elderly Home
3月3日	團體會員委員會「互訪互賞互勉」交流日2012	HKFW Corporate Members Exchange Visit 2012
3月9日至3月23日	精裝電腦(四十五)之Facebook真好玩	Learning Facebook
3月10日至4月21日	自在人生自學計劃 - 粵劇戲曲共賞	Capacity Building Mileage Programme Learning Cantonese Opera
3月12日	第十次會員大會	The 10th Annual General Meeting
3月24日-25日	名譽會長委員會: 廣州長隆兩天遊	2-Day Trip to Guangzhou and Chime-Long
4月-5月	家有喜事之傳統婚嫁禮儀(初階4)	Traditional Wedding Etiquette (Elementary class 4)
4月13日-23日	精裝電腦(四十六)之基本電腦概念和操作	Basic Computer Concept and Operation
4月14日及21日	家庭健康月2012	Family Health Month 2012
4月16日-5月10日	精裝電腦(四十七)之Power Point演示軟件應用	MS Powerpoint Application
4月26日	「居濕」保養知多d	Know More on "Dehumidifying Your House"
6月17日	香港各界婦女慶回歸十五周年「喜迎回歸十五載 社區共融愛滿城」	Hong Kong Women Celebrating the 15th Anniversary of the HKSAR at Victoria Park
7月9日	香港各界婦女慶回歸十五周年音樂會	Hong Kong Women Celebrating the 15th Anniversary of the HKSAR Concert

編輯委員會 Editorial Board

宣傳出版委員會 Publicity & Publications Sub-Committee

召集人: 勞潔儀	Convenor: Katherine Lo
副召集人: 馮志儀	Vice Convenor: Jennifer Wun
委員: 李麗一帆、黎雅麗、 馮麗珊、彭韻儀、金華琴	Members: Lee Yeung Yat Fan, Aly Lai, Vanessa Wan, Melissa Pang, Shirley Jin

歡迎會員投稿，題材不限，最好切合社會及婦女事務，字數以不超過五百字為限。(編輯委員會保留刪改及採用與否之權利)
會員投稿只反映投稿人意見，並不代表本會立場。

出版: 香港各界婦女聯合協進會有限公司 Published by: Hong Kong Federation of Women Ltd.

香港灣仔駱克道435號地下 435 Lockhart Road, G/F, Wanchai, Hong Kong

電話Tel: (852)2833 6131 傳真Fax: (852)2833 6909 電郵E-mail: info@hkfw.org 網址Website: www.hkfw.org